

最新中班健康活动食物金字塔教案反思(汇总10篇)

作为一位杰出的老师，编写教案是必不可少的，教案有助于顺利而有效地开展教学活动。写教案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

中班健康活动食物金字塔教案反思篇一

1. 学习在一定的距离间相互滚球、接球。
2. 会与同伴合作完成胯下传球的戏，体验合作游戏的乐趣。

1. 每两人一个球。
2. 贴有小狗、熊猫、小猴、小兔头像的皮球四个。
3. 欢快、活泼的音乐磁带。

播放音乐，练习走、跑、跳等动作，活动身体的各部分关节，为游戏做好准备。

(1) 教师用游戏的口吻，引起幼儿玩球的兴趣。

师：我们中班的小朋友都非常热爱运动，所以，今天老师为小朋友准备了皮球，一会儿，就让我们和皮球一起运动起来吧。

(2) 教师示意幼儿安静，做听声音的样子，引出四位动物宝宝。

师：小朋友，老师听到有说话的声音，让我来听听是谁？原

来是小狗、熊猫、小猴、小兔四位动物球宝宝，它们听说小朋友要和球一起来运动，所以它们也起来要和我们一起来玩了。

(3) 启发幼儿尝试练习滚球、接球。

师：刚才四位动物球宝宝对老师说，它们最喜欢玩滚来滚去的游戏了，今天，它们想和小朋友一起来玩这个游戏呢。

启发幼儿尝试练习，在幼儿练习的基础上，老师与一名幼儿示范。

(4) 两人一组，练习相互将球滚向对方，教师随时鼓励能力强的幼儿扩大滚球间距。

(1) 师：四位动物球宝宝上幼儿园的时间到了，小朋友们来给它们做爸爸妈妈来送它们上幼儿园吧。暗示小朋友送宝宝时动作要轻柔准确，体会妈妈爱护宝宝的情感。

(2) 启发幼儿探索“爸爸妈妈”们怎样有秩序地排队送宝宝上“幼儿园”，并探索出送宝宝的方法。

引导幼儿分成四组，排成四队，间距合适。听到口令后，幼儿双腿分开，由排头开始，依次将球从双腿间滚向下一位幼儿，比比哪队动物宝宝最先安全到达“幼儿园”。

(3) 以“球宝宝放学回家”再次玩游戏。

中班健康活动食物金字塔教案反思篇二

1、通过玩颜色，对色彩的变化感兴趣。

2、学习简单的拓印方法，发展幼儿的想象力。

准备红、黄、蓝三种颜料，每人准备毛笔一支、调色盘一个，铅画纸、白纸、夹子等。

1、导入活动，引起兴趣。

师：“今天王老师要请小朋友一起来当小小魔术师好不好？”

教师出示调色盘，引导幼儿认识一下颜色：“你们看，老师盘子里准备了一些颜料，这些颜料是什么颜色的呢？”（红、黄、蓝）

2、引导幼儿大胆的尝试变色游戏。

（1）师示范并讲解：“今天我们就要用红黄蓝三种颜色来变魔术看看王老师是怎么来变的好吗？先拿一支毛笔蘸点水蘸上红色，把它放在盘子里，然后呢再蘸点黄色，把红色和黄色搅和在一起变变变，你们看变出了什么颜色？（橘黄色）把变出来的颜色涂在这个铅画纸上。”师再选择别的颜色用同样的方法进行变色1-2次。

（3）学习拓印的方法：（师出示一张白纸）“看王老师手里有一张白纸，我们把它按在刚才画好的画上，用夹子夹住，然后轻轻的在上面压压，再轻轻的提起来，你们看印出了什么？”

3、添画。

（1）师示范给印出来的画添画。“王老师觉得有点象一只螃蟹的壳，王老师把它变一变，变成一只螃蟹行不行。”

（2）幼儿操作。鼓励幼儿大胆想象，添出与其他小朋友不一样的画。

4、分享活动的乐趣，积累经验。

教师展现幼儿作品，让幼儿互相欣赏作品，教师及时鼓励、表扬一些作品富有创造力的幼儿。

中班美术活动——救生圈

活动名称：救生圈

活动目标：尝试用绘画或粘贴的方法装饰救生圈。

培养幼儿的自我保护意识。

活动准备：各种粘贴材料、蜡笔、各色颜料。像救生圈形状的作画纸。

活动室布置：收集各种款式的救生圈

活动过程：

一、欣赏

夏天里，天气很热，有什么办法使自己凉快？（幼儿泛讲）

欣赏活动室四周的救生圈，引导幼儿观察这些救生圈上的各种图案花纹。

向幼儿介绍：夏天去游泳能使自己凉快，但不能一个人去游泳，必须在大人的带领下去，并要套好救生圈，游泳时也要文明游泳。

二、制作

1. 出示做的救生圈，引起幼儿活动的兴趣。

2. 讨论制作方法：

- 1) 用蜡笔在救生圈上画上自己喜欢的花纹与图案。
- 2) 找自己喜欢的手工纸，剪出各种形状进行粘贴。
- 3) 用颜料粉刷救生圈的颜色。

三、请幼儿说说自己救生圈的价格

让幼儿根据救生圈上的花纹或者图案，进行封闭式数数，数出的总数就是救生圈的价格。找找价格最贵的是哪一只救生圈。

四、延伸

“动手角”里有许多材料，明天我们还可以继续做出各种款式的救生圈来。

中班健康活动食物金字塔教案反思篇三

- 1、了解有关幼儿容易传染上的传染病的情况，根据自己的生活经验说出预防疾病的方法。
- 2、培养幼儿的语言表达能力。
- 3、幼儿学习一些基本的预防传染病的方法，增强幼儿预防疾病的意识。

1、有关传染病的资料与图片。

2、幼儿用书。

一、师幼谈话，由幼儿比较熟悉的手足口病谈到传染病。

- 1、讨论春秋季节为什么是流行传染病的多发季节？（春天和秋天气候乍暖还寒阴雨绵绵，潮湿多雾，气候多变）
- 2、教师告诉幼儿春秋季节会有哪些流行传染病会出现？（如：感冒、麻疹、咳嗽、腮腺炎、水痘、手足口病等）
- 3、重点介绍手足口病的临床表现。
- 4、请幼儿讲述自己生病时的经历和感受。（如请医生诊治，要定时服药，多休息，多喝水，痊愈后才回幼儿园上课等）

二、教师讲述手足口病的传播途径。

- 1、幼儿运用自己的已有经验讨论讨论。
- 2、请语言能力强的幼儿到前面来讲一讲小朋友们的经验。
- 3、教师小结：咳嗽，打喷嚏，吐口水，毛巾及手摸过的用具上都会留下细菌，都有可能传染手足口病的。
- 4、很多传染病的传播途径和手足口病是一样的。

三、幼儿讨论：如何预防手足口病。

- 1、提问：我们应该怎样预防传染病？
- 2、幼儿自由回答。
- 3、教师小结：多喝开水，多吃蔬菜水果、不挑食，勤洗手，勤剪指甲，不喝生水，打预防针，不接触生传染病的人群。

教师带幼儿到洗手间洗手。

中班健康活动食物金字塔教案反思篇四

作为一位刚到岗的人民教师，我们的任务之一就是教学，通过教学反思可以有效提升自己的教学能力，教学反思我们应该怎么写呢？以下是小编为大家整理的中班健康优秀教案及教学反思《班级运动会》，希望能够帮助到大家。

活动目标：

1. 能积极参与自己选择的运动项目。
2. 能较好地与同伴配合，共同完成比赛项目。

活动准备：

1. 和幼儿一起设计运动会项目，并制作运动项目胸牌和奖牌。
2. 幼儿自由报名，每人选择2到3个项目参加运动会。
3. 在每天的晨间锻炼活动中，提供所需的运动器械，让幼儿反复练习为运动会做准备。
4. 《运动会进行曲》音乐磁带。

活动过程：

1. 运动员入场。——幼儿挂着自制的运动项目胸牌，在《运动员进行曲》的音乐声中，有精神地入场。——幼儿进行早操表演。
2. 小小运动会开幕。——根据运动会项目表，逐项进行比赛。——运动器械的准备、更换、收拾等，由参加该项目比赛的幼儿协助教师共同完成。——鼓励幼儿积极参加比赛，争当文明观众。

3. 举行颁奖仪式。——在雄壮有力的进行曲音乐声中，颁发各个项目的金、银、铜牌。——“采访”个别“运动员”，请他们谈谈自己的感受。

活动建议：

1. 在设计运动会项目时，教师可启发幼儿回忆看过的体育比赛或玩过的'体育游戏进行设计，要求有一定的速度、力度。与此同时，还可给运动项目起个有意思的名字，如蚂蚁搬豆、小牛拉车、小老虎下山等，以增强幼儿的参与兴趣。

2. 如有接力赛，可引导幼儿规定每组人数，并事先选好队员，共同练习。

教学反思：

在这次运动会中，每个运动员都精神抖擞，参与的积极性很高。活动进行得比较顺利，这次比赛经过了老师和小朋友的精心准备。从中孩子学习了奥运精神，学习了合作精神，这样的活动很有意义。

本次活动坚持正面引导的原则，没有过多的让幼儿去回忆和体验“哭哭脸”所带来的不快，而是以“引发幼儿快乐”为主线，“让幼儿初步体验当把快乐带给别人时自己也得到快乐”为重点。因为是借班上课不熟悉幼儿生活经验，在引导幼儿回忆快乐的事情上启发不够。

活动效果从整体来说已达到了本次活动的目标，让幼儿初步体验当把快乐带给别人的同时自己也能得到快乐，不是一、两次教学所能完成的，需要老师在今后的学习和生活方面继续加以引导。

本次活动是一次心理健康活动，目的是想让幼儿通过活动了解一些就医的心理准备和安全注意事项，从心理上克服对医

生的恐惧心理，勇敢的看病打针。现在已经是秋季，天气渐渐转凉，秋季是传染病多发季节，幼儿由于年龄小，抵抗力差很容易生病，而他們又非常怕打针，只要家长说帶他们去医院看病他们就很反抗，因而这次活动对幼儿有很好的教育意义。

活动中我首先引导幼儿观看了动画故事《不怕看医生》，并观看了很多小朋友们看病的图片，引导幼儿知道生病了就要去就医，也了解了一些关于就医的安全事项，从图片和动画故事中幼儿体会到医院和医生并不可怕，我们要克服惧怕医务人员的心里，做个勇敢的孩子，配合医生做检查，活动中孩子们都很积极地发表自己的看法，也都说要做个勇敢的孩子，不怕看医生。

但活动中也有不足之处，教师可以提供一些常见的看病的工具，例如：听诊器、酒精、口罩、针筒等，引导幼儿认识到这些常用的工具并没有那么可怕，幼儿会更感兴趣，在以后的活动中尽量提供一些实物给幼儿，让幼儿能更清楚直接地接触到，幼儿掌握起来也会更快更好。其次可以教给幼儿一些克服紧张情绪的办法，例如准备一些图片：

(1) 深呼吸，同时在心里慢慢数数1-5，一下子针就打完了（药就吃完了）；

(2) 自我暗示：我是最勇敢的，打针吃药我不怕！

(3) 通过在心里唱轻松愉快的歌等方法来面对打针吃药的恐惧。通过这些具体的方法，让幼儿逐步消除对医院的恐惧。另外，教师也可以利用游戏的方式，让幼儿克服看病打针的紧张心理，可以请幼儿来扮演小医生和小病人，尤其是平时胆子比较小的孩子，让幼儿穿上小医生或者小病人的衣服，教师引导幼儿看病，体验看病的过程，通过游戏的方式，幼儿更容易接受，在活动结束时，教师要及时给勇敢“看病”的孩子奖励，用鼓励的方式正面引导幼儿做个勇敢的孩子，

还可以让幼儿说说除了看病的时候要勇敢还有做什么事情的时候也要勇敢呢？用生活中的事情帮助幼儿树立勇敢的精神。

本次活动坚持正面引导的原则，没有过多的让幼儿去回忆和体验“哭哭脸”所带来的不快，而是以“引发幼儿快乐”为主线，“让幼儿初步体验当把快乐带给别人时自己也得到快乐”为重点。

因为是借班上课不熟悉幼儿生活经验，在引导幼儿回忆快乐的事情上启发不够。活动效果从整体来说已达到了本次活动的目标，让幼儿初步体验当把快乐带给别人的同时自己也能得到快乐，不是一、两次教学所能完成的，需要老师在今后的学习和生活方面继续加以引导。

学生在这次综合实践活动，每个人都有一个明确的研究方向。从收集资料的热情，展示中的兴奋劲儿、交谈中都能感受到对本次活动非常喜欢。是综合实践活动给了学生发展个性的广阔天地。同时，也点燃了学生求知的欲望和创新的火花，使学生的实践能力、交际能力和创新精神得到了培养。

通过这次活动研究，学生在了解了近视眼的形成和保护措施知识的同时，解决问题的思路也得到了发展，使他们认识到做事情不要太呆板，要善于去交流、沟通。更重要的是在这次活动过程中，学生的综合素质得到较好的锻炼、学生解决问题的能力得到提高。这次综合实践活动课也解决了学生感兴趣的问题，让学生在活动中得到了锻炼，培养了学生的合作意识和创新意识。

综合实践活动课也向指导老师提出了挑战，要让它成为同往成功殿堂的又一途径，让它真正成为服务于学生，让学生喜欢的学科，指导老师的意识及实际操作方法是必须讲究的。在“动”中体验，在“动”中获得真知。可是，我作为指导老师有时感到知识储备不足，自我研究时间不够。综合实践活动课是面向生活的，如何把学生带出学校，走向社区，走向社

会，在生活中获取知识？如何调动学生全员参与面，特别是一些有困难的学生？这都是我们在实践中产生的困惑，也是今后研究中要解决的问题。

活动过程中，我首先利用猜谜语的小游戏来引入，孩子们都十分的感兴趣，但是我在个别孩子说出谜底时，原意是想让孩子们有个发散性思维，而没有及时的给予了肯定，造成了在这一环节上浪费的时间比较多。

在教育孩子如何爱护保护眼睛的时候，虽然有让孩子们自由讨论，但是孩子们的回答都比较局限，只能说：“不用手揉眼睛”等等，而老师也没有进一步的去引导。教师为孩子们提供了眼睛的图片让幼儿观察，虽然能够从整体到局部、从成人到孩子来进行展示，可是在选择图片上来看，所选择的个别图片眼睛部分比较的不明显。因此在选择教具的时候需要更加的谨慎。

总的来说，今天的这个活动效果还是很不错的，整个活动气氛比较好，虽然在活动过程中仍有些许的不足，但是有反思有改正才会有进步，相信我们班的健康活动一定能开展的更好的。

整个活动动静结合，引导幼儿从不开心变成开心，倡导健康快乐的心理。在我设计、实施这一心理健康活动时，遇到了很多困惑。比如怎样正确地把握心理健康这一领域的定位，和社会活动相区分；如何将课程内容真正从幼儿中来，并运用到幼儿的身上，真正体现以幼儿为主体的教育理念；心理学方面的理论指导相对欠缺，虽然我们以前都学过，但相应的理论策略、心理学原则的运用还有待学习等等。通过这次心理健康活动，我也发现了自身很多的不足之处，如活动中对突发事件的处理，教师的引导用语，怎样有效开展活动等等，都有待自己在今后的教育教学中摸索和学习。

（一）教师的预设与突发事件

课前准备既包括了操作材料的物质准备，又包括了教师对活动的预设，这些往往都关系着一个活动的成败与否。在活动前，虽然能根据幼儿的年龄特点和生活经验选取了这样一个内容，但幼儿的表现却不是老师能够控制的。因此在活动时遇到突发事件，着实让我一惊，看来我对这个活动的准备还不够充分。但是这样一个突发事件正好让我进行随机教育，顺藤摸瓜，给了幼儿一个活生生的例子。于是我抓住了这样一个机会，但教学技能还欠火候，并没有真正处理好这个突发事件，引导得不够深入，使我接住了幼儿给的这个球，而没能把球再继续抛出去。

（二）教师的指导语

教师的语言在课堂上起着举足轻重的作用。在具体的'指导语'方面，我觉得自己说得不够精炼，显得有些罗嗦了。在表扬和肯定幼儿时，一般都说“讲的真好！嗯！好的！你真棒”等常用语，而缺少了针对不同孩子，不同问题的相应肯定语言，这一点，也大大降低了本次活动的精彩程度。

（三）课堂上的师幼互动

教师与幼儿，幼儿与幼儿之间的交流和互动，是有效开展活动的纽带。在本次的活动中，先有教师引起幼儿的互动，引导幼儿来关心老师；再幼儿与幼儿互动，引导幼儿自己解决生活中遇到的问题；最后又是联合起来的互动，师幼共同操作。这样一个过程，将幼儿的积极性调动了起来，但其有效性还有待研究。一个活动往往能让幼儿一起动起来，但其效果如何还需要教师掌握更多的技巧，实现有效互动。

我想一个成功的教学活动注重的应该不是结果，而是过程。在这个准备—执教—反思的过程中，我学到了很多的东西，也提升了自己的教学理念。朴实无华的内容中蕴藏了丰富而深厚的知识，从生活中来，到生活中去，做个平凡的人，做个平凡的幼教工作者。

一个活动引发的三次思考 第一次教学反思

我们经过反复商讨、修改终于创作了一节健康活动《我和妈妈练瑜伽》，下面我首先反思一下我自己上的课。

这次活动，我结合本班幼儿的实际情况，让孩子和妈妈在我们设计的情境中模仿小动物练习瑜伽，不仅使亲子间感到开心、快乐，更是一种情感的交流。首先以到大森林里去练瑜伽吸引幼儿的兴趣；其次，我又采用了请森林公主和森林宝宝教瑜伽的方法进行教学。采用引导法能引导幼儿有目的地、仔细地想象，启发幼儿积极思维，如当森林公主做一个动物的动作让孩子们猜，我就发现有个别幼儿还能创编小动物的动作；采用直观法是因为中班幼儿的思维具有明显的具体形象性特点，以看瑜伽教练示范的形式能直接刺激幼儿的视听器官，激发幼儿学习的兴趣；采用游戏法是因为游戏是幼儿最喜爱的活动，游戏能增强幼儿参与活动的兴趣。幼儿在轻松、愉快的情境中很容易就能掌握所学技能。

整个活动我以幼儿为主体，幼儿在猜猜、看看、玩玩的轻松气氛中掌握了动物的动作。并且通过视、位觉感官积极参与活动，幼儿在亲子游戏中，不仅练习了双手，双膝着地爬等技能，还体现了活动的趣味性。

当然，本次活动的设计还存在着不少问题，如在让幼儿自己想办法创编动物的动作时应给足幼儿时间，让孩子们充分体验学小动物的乐趣，体验如何学得像、学得好。

第二次教学（新行为）及反思

为了使幼儿能发挥自主创造性，教师只是作为一个支持者和引导者，给孩子提供一个良好的空间及充足的时间自由想象，探索，教师需要做的就是在一旁适时指导并肯定幼儿好的想法及做法，我们有一次调整了活动方案。

在此次活动中的幼儿由向森林宝宝学过渡到自己尝试做动作，瑜伽教练没有直接去做示范让幼儿的想法通过自己一一展现出来，同时又加上了和大家一起讨论决定，最后总结出天鹅式、乌龟式等动作。

这样通过孩子自己讨论研究出来的动作再结合瑜伽教练的专业动作来练习，深受孩子喜欢，整个活动体现了幼儿的自主性。

第三次教学（现行为）及反思

此次活动活动虽然已经比较成功，但还存在着一些问题：如幼儿活动的密度不够，应该在幼儿练习动作时给足幼儿时间，使幼儿得到充分的练习；还有就是活动场地有些小，使孩子和妈妈做动作的时候受到一定的局限，导致幼儿活动密度不够。

所以，为了加大幼儿的运动密度，我在录课的时候将场地范围扩大了，孩子们和妈妈做动作时放得很开，这样不仅增添了游戏的趣味性，还加大了幼儿的运动量。我班孩子不仅体验到了和妈妈一起练瑜伽的乐趣，同时在情境中学到了各种动物的动作，在游戏中也得到了手脚爬行的锻炼，很轻松的达到了教学目标。

中班健康活动食物金字塔教案反思篇五

反思，回头、反过来思考的意思。近代西方哲学中广泛使用的概念之一。下面是小编整理的关于中班健康活动教案反思，欢迎阅读参考。

中班健康活动教案反思【1】

睛是我们心灵的窗户，没有眼睛我们的生活将没有阳光，但现在很多小朋友都不怎么爱护眼睛，不是打架时打伤眼睛，

就是写字、玩玩具时碰伤、戳伤眼睛，为了让幼儿了解眼睛的用途，能自觉的爱护眼睛，我们进行了《爱护眼睛》健康教育活动。

我就引导孩子们了解保护眼睛的必要性和保护眼睛的办法，先请幼儿欣赏故事《眼镜和鼻梁》，问他们“眼镜和鼻梁为什么吵架？最后发生了什么事情？”并告诉他们眼镜带在鼻梁上很不舒服，明明得了近视眼，没有眼镜什么也看不到，所以我们一定要好好保护我们的眼睛。

为了加深幼儿保护眼睛的意识，我们接着欣赏了几张图片，第一张一个小朋友在用脏手揉眼睛，请孩子们讨论这个小朋友做得对不对？为什么？应该怎样做？最后教师总结，小朋友的脏手上有很多的细菌，如果用脏手揉眼睛会让眼睛生红眼病，我们如果感到眼睛不舒服可以用干净的毛巾、手绢或者卫生纸擦。第二张是一个小朋友头趴在桌子上画画。请孩子们讨论这个小朋友哪个地方做的不对？为什么？应该怎么做？平时还要注意什么事情？最后师生共同总结出：看书，画画时眼睛不能距离纸太近，也不要躺着看书，否则容易得近视眼。我们要在看书画画时抬起头，眼睛离开约1尺的距离。平时还要注意不要看电视的时间太长，看书时间长了要向远处眺望一下。不要玩尖锐的东西，多吃一些对眼睛有好处的胡萝卜、动物肝脏等食物。

中班健康活动教案反思【2】

设计意图：

新的学期一开始，我们发现经过一个月的假期，班上有几位小朋友的变化很大，我们高兴地对有的小朋友说：“恭喜你，你长胖了。”而对另一些孩子我们则皱皱眉头说：“你怎么又胖了，你怎么又瘦了？”于是，到底是胖好还是瘦好成为近期孩子们关注的话题。分析我班幼儿的身体成长状况，就能发现存在许多“参差不齐”，有的很胖，有的很瘦。幼儿在饮

食方面也存在挑食现象，喜欢吃肉不喜欢吃蔬菜。并且到了晚上或双休日还喜欢以“自己的喜好”来填饱肚子，例如吃肯德基、麦当劳、饮料、冰淇淋等。家长也常因娇惯而满足幼儿的各种要求。

活动目标：

一、引导幼儿发表自己的观点，通过讨论，意识到太胖和太瘦都对身体健康有影响。

二、学习关注自己的身体健康状况，初步了解自身成长的需要，知道如何调整自己行为有利于健康。

三、激发幼儿在集体面前大胆表达、交流的兴趣。

活动准备： 活动前根据“学前幼儿体重标准表”为本班幼儿测量体重。

2红、黄、绿三种颜色的表格各一，并根据幼儿体重情况制作三种颜色的圆点卡片。

多媒体课件“来当营养师” “健康棋”六套，各种食品的卡片若干

活动过程：

大胆表达，各抒己见

幼儿将自己有关胖好还是瘦好的想法在集体中展示、扩散，表明自己的观点，并尝试用实例说服同伴。

过程： 幼儿各抒己见，运用实例说明自己的观点。在幼儿的意见无法统一的情况下，教师出示“学前幼儿体重标准测量表”，知道胖瘦有一定的标准，太胖和太瘦都不健康。

(二) 了解自身，对症下药

出示红、绿、黄三种颜色的表格，请幼儿根据手中圆点的颜色寻找自己在表中的位置，从而了解自身以及本班幼儿成长的状况。

集体讨论怎样才能使自己既不胖也不瘦，身体更健康。

“对症下药”：运用多媒体课件“来当营养师”为不同情况的孩子“开处方”。

分组游戏活动，经验梳理

棋盘竞赛：幼儿通过竞赛性游戏，在下棋过程中获得有关健康生活的经验。

自助餐：幼儿根据自身情况为自己挑选一份营养合理的美餐。

活动延续：

幼儿将已有的经验运用到生活中去，关注自己的身体特点，坚持健康饮食和锻炼，并把有关的信息带给身边的朋友和家人。

继续鼓励幼儿搜集资料，研究各种食物所含的营养。

中班健康活动食物金字塔教案反思篇六

作为一位兢兢业业的人民教师，通常会被要求编写教案，教案是保证教学取得成功、提高教学质量的基本条件。快来参考教案是怎么写的吧！以下是小编为大家收集的《闯关》中班健康活动教案，欢迎阅读与收藏。

1、引导幼儿积极、主动参加体育活动，养成听指挥、守纪律

的好习惯。

2、在走、跑、跳等体育活动中训练幼儿的反应能力。

长凳四条，哨子一枚，纸板老鼠若干，磁带、录音机、色胶、剪刀、电池等。

（一）准备部分：

组织幼儿自由站位，听音乐跟着老师做准备活动。

（二）基本部分：

1、通过《闯关》活动，在走、跑、跳等体育活动中训练幼儿的反应能力。

（1）第一关。听哨声信号跟着老师做动作□□a□跟着老师做动作□b□幼儿自由做动作□c□幼儿自由选择走、跑、跳等任何方式按指定方向触物返回。）幼儿自由站位，要求幼儿在听到哨声信号后做出停或继续的动作反应。（一声短哨声动，两声短哨声停）例如：原地踏步、并步右（左）移、单脚站立、后退走、足尖步蹲走、行进跳、行进跑、旋转等。

（2）第二关。听哨声信号沿箭头方向换位置，并同时听语言口令触摸自己身体某一部位。（鼻子、眼睛、脚尖等）幼儿分成四组，分别跨坐与四条长凳上，在听到哨声信号后做出向另一组跑动或不跑动的.动作反应。（一声短哨声跑，两声短哨声不跑）

（3）第三关。按固定信号做出逃跑坐位置或抓人的动作反应。（固定信号可由教师规定或让幼儿自由选择哨声、数字、手势、颜色等）幼儿成两列横队面对面站好，选择好本组的固定信号。当听到老师发出信号时，立刻做出逃跑或抓人的动作反应。回位信号：一声长哨声。

2、复习翻跳，要求双手撑直、双脚并跳。

(1) 幼儿自由在长凳或线上练习翻跳，教师巡回指导。

(2) 游戏《踩老鼠》。

幼儿成两路纵队站在起跑线前，听到哨声信号后各组第一位幼儿同时向前跑去，依次翻跳过四跳长凳后至“老鼠窝”处踩一脚“老鼠”，然后从两旁跑回队伍后。每组幼儿鱼贯进行。

(三) 结束部分：（将上图长凳摆成口字型）

1、组织幼儿坐在长凳上跟着音乐做放松运动。

行进甩手臂—行进深呼吸—甩手腕—抖腿—放松大腿—放松小腿等。

2、教师小结。交待课后要求：洗手、喝水、擦汗、换衣服。

中班健康活动食物金字塔教案反思篇七

1. 观察画面信息并初步了解水果与人的健康的关系。

2. 知道不挑吃、不偏吃某些水果的好处。

初步了解水果与人的健康的'关系。

1. 幼儿用书：多吃水果，健康多多。

2. 挂图：多吃水果，健康多多。

一、组织教学。

二、请幼儿讨论吃水果有哪些好处?了解幼儿的已有经验。

1. 你喜欢吃哪些水果，不吃哪些水果?
2. 你知道水果对我们的身体有什么好处吗?

三、出示挂图，请幼儿仔细观察画面，尝试回答吃不同水果的作用。

1. 看一看画面上都有哪些水果
2. 你喜欢吃香香、甜甜的水果吗?哪些水果是香香、甜甜的?
3. 吃了这些水果，你的心情会怎样?
5. 你还知道哪些水果的好处?

四、请幼儿自主阅读幼儿用书，和同伴讲一讲吃水果的好处，并鼓励幼儿回家后把吃水果的好处讲给家人听。

我们今天知道了很多吃水果的好处。回家后把这些告诉爸爸妈妈，让他们也知道吃水果的好处。

五、小结。

中班健康活动食物金字塔教案反思篇八

- 1、让幼儿学习用手和腿的力量带动身体前进动作，锻炼幼儿手臂和腿的力量。
- 2、培养幼儿的合作意识。
- 3、通过游戏锻炼幼儿身体协调运动。

场地准备(一条河，河对岸有小草)、喜羊羊音乐、羊羊和灰

太狼头饰、圈一个。

一、活动准备

幼儿戴上羊羊头饰在音乐声中和老师一起围成圆圈做走、跑、跳等动作。（引入：羊羊们，我是你们的领头羊，今天我们出去郊游，你们要听从我的指挥，现在开始出发。）

二、主要活动

- 1、音乐结束后来到了河边，引导幼儿学习划船的基本动作。
- 2、幼儿集体练习。
- 3、游戏：羊羊在领头羊的带领下划到河对岸，再从河对岸划回来。鼓励幼儿要靠手臂和腿的力量带动身体前进。
- 4、领头羊教羊羊划船带人的本领。（两个幼儿一起前进，一个幼儿在前面划，另一个幼儿在后面抱住前面的幼儿。）
- 5、羊羊两人一组自由组合进行练习，练习时划船手要交换角色。
- 6、游戏：河里带人划船比赛。
- 7、游戏：划船采草

a□教师示范

b□幼儿游戏。

游戏玩法：幼儿两人一组，从河边划到河对岸，当灰太狼走过后，迅速跑上岸采一颗草再到河里，划回来。如果跑慢了就会被灰太狼抓住。

8、营救羊羊。教师带领羊羊划到河对岸，用圈套住灰太狼，救出羊羊并划回来。

9、音乐声中，羊羊们欢庆着回家。

中班健康活动食物金字塔教案反思篇九

1. 乐意向亲朋好友表达自己的祝福。

2. 学习一些制作贺卡的方法，感受为他人送祝福的快乐。

用自己的方式向亲朋好友表达自己的祝福。

用自己喜欢的方式制作贺卡表达祝福。

请幼儿观察不同的贺卡的特点，鼓励他们向周围的人表达祝福。

1. 贺卡图片若干。

2. 幼儿人手一套操作工具。

1. 引导幼儿观察各种贺卡图片，说说自己最喜欢哪张贺卡，这张贺卡有什么特点。

师总结：如给新年老人的贺卡中，可以画一画自己在新年里的愿望；给长辈的贺卡中，可以从健康、工作等方面表示祝福；给好朋友的贺卡中，可以从友好这方面去祝福，等等。

（剪贴、撕贴、画）（若幼儿想出的方法较局限，则再观察各种贺卡图片，让幼儿自己发现。）

教师可适当演示一些装饰图案、撕贴技巧等。

1. 幼儿讨论准备做怎样的贺卡？你想给谁送贺卡？幼儿自由

选择制作贺卡的材料及方法，如用彩纸剪贴、撕贴等。

2. 幼儿制作贺卡，教师巡视。

3. 引导幼儿用自己喜欢的方式在贺卡上表达自己对收卡人的祝福，帮助个别想写字的幼儿写上祝福的话，如祝爸爸妈妈更年轻，祝爷爷奶奶像老寿星，等等。

4. 欣赏自制的贺卡。

：区域活动的美劳区继续投放材料让幼儿继续大胆制作不同的贺卡。

中班健康活动食物金字塔教案反思篇十

1、初步了解病菌会传播疾病。

2、尝试根据相关线索推测故事情节。

3、能比较清楚地回答有关故事的问题。

4、初步了解健康的小常识。

5、初步了解预防疾病的方法。

活动准备

1、亲子故事《病菌来了》（《病菌拜拜》幼儿用书或电子书第2-9页）。

2、发霉的面包。

活动过程

1、老师出示发霉的面包，请幼儿说说自己对“病菌”的理解。

2、与幼儿讨论：

(1) 病菌和我们的身体健康有什么关系？（病菌会使我们生病。）

(2) 平常我们看得见病菌吗？（只用肉眼是看不到病菌的。）

夏天来了，病菌王国又在举行“霸占地球大会”，各种病菌纷纷到达会场。

戴着皇冠的病菌大王说：“炎热的夏天到了，你们趁这个时候去传播疾病了吗？”病菌拉拉说：“我们让人类拉肚子了。”他一边说，一边播放小男孩拉肚子的录像。（请幼儿推测故事的发展，猜猜小男孩生病的原因。）病菌拉拉笑着说：“我最喜欢这个孩子，因为他吃东西前不洗手，我们就可以躲在他的手上。当他吃东西时，我们就沾到食物上，与食物一起跑进他的肚子里。哈哈！这样我们就可以在他的肠子里进行大破坏，最后让他肚子痛、拉肚子。大王，你看我们的行动多成功！”

接着，坐在一角的病菌卡卡说：“大王，我们才厉害呢！只要人类沾上我们，就会咳嗽、流鼻涕、嗓子疼。”卡卡一边说，一边播放女孩生病的录像。（请幼儿推测故事的发展，猜猜女孩生病的原因。）卡卡说：“你们看，这个女孩染上感冒了，她是被一位老爷爷传染的。我们很喜欢这位老爷爷，因为他生病时不戴口罩，打喷嚏和咳嗽时，正好对着女孩，我们就像飞弹一样，飞到了女孩的身上，让她生病了。大王，你说我们干得怎么样？”

病菌大王高兴地说：“做得好，还有谁要报告好消息？”

这时候，病菌生开始播放各种不干净食物的录像，说：“有些人喜欢吃街上不卫生的东西，还有些人不会保存食物，我们就躲在这些食物里，人类吃了这些食物就生病了。”

”

各种病菌都发完言后，病菌大王问：“那么你们打算用什么方法霸占地球啊？”拉拉、卡卡和生生抢着说出心里的诡计。

（请幼儿推测故事的发展，猜猜病菌会怎么做。）拉拉说：“我们要让更多的人拉肚子。”卡卡拿着一家人的照片说：“我们要让这家人生病。”生生拿着地图说：“我们要破坏这个地方的卫生。”病菌大王听了很满意，对他们说：“就按照你们的计划进行吧！地球很快就属于我们了！你们快快出发吧！”十支病菌队伍一起说：“出发了！”小朋友们，病菌来了！小心啊！

4、向幼儿提问：

- (1) 病菌王国在举行什么会议？（霸占地球大会）
- (2) 人们被病菌拉拉侵袭后会怎样？（拉肚子）
- (3) 你会用什么方法抵抗病菌拉拉？（自由回答）
- (4) 人们被病菌卡卡侵袭后会怎样？（咳嗽、流鼻涕和嗓子疼）
- (5) 你会用什么方法抵抗病菌卡卡？（自由回答）
- (6) 病菌生生怎样使人生病？（它会躲在食物里，人类吃了这些食物就会生病）
- (7) 你会怎样抵抗病菌生生？（自由回答）
- (8) 病菌有什么计划？（让更多人拉肚子、生病，破坏卫生）
- (9) 你认为他们的计划会成功吗？为什么？（自由回答）

5、幼儿分组扮演病菌和病菌大王，表演故事中的对话，老师

可作旁白。

6、活动评价。

(1) 能理解故事内容，初步了解病菌会传播疾病。

(2) 能推测故事情节。

(3) 能比较清楚地回答问题。

7、活动建议：

在区域活动时间，可以与幼儿一起再次阅读故事。之后，幼儿可用表演区提供的病菌头饰和服饰玩角色扮演游戏。